

Peningkatan Kemampuan Body Image(Arwendis Wijayanti)

PENINGKATAN KEMAMPUAN *BODY IMAGE* (CITRA TUBUH) MELALUI PENGGUNAAN MEDIA BONEKA MANUSIA

Oleh: **Arwendis Wijayanti**
(Dosen STKIP Modern Ngawi)
Email : arwendis.wijayanti@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan kemampuan body image melalui penggunaan media boneka manusia di RA Al-Mumtaaz Karawang. Metode penelitian yang digunakan adalah penelitian tindakan model Kemmis dan Mc Taggart yang meliputi empat tahapan yaitu perencanaan, tindakan, pengamatan dan refleksi. Subjek penelitian adalah anak kelompok B sebanyak 11 orang. Penelitian dilakukan dalam dua siklus yang terdiri dari delapan kali pertemuan dalam setiap siklus. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui observasi, wawancara dan studi dokumentasi. Teknik analisis data dalam penelitian ini adalah analisis data kualitatif dan kuantitatif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kemampuan body image anak kelompok B di RA Al-Mumtaaz mengalami peningkatan setelah penggunaan media boneka manusia. Skor kemampuan body image anak tercatat sebesar 26 pada tahap pra tindakan. Skor kemampuan body image meningkat menjadi 42 pada akhir siklus I dan terus mengalami peningkatan menjadi 57 pada akhir siklus II. Hasil penelitian memberikan implikasi bahwa penggunaan media boneka manusia dapat dijadikan sebagai salah satu cara untuk meningkatkan kemampuan body image pada anak usia dini.

Kata Kunci: *Kemampuan Body Image, Media Boneka Manusia*

IMPROVED BODY IMAGE ABILITY THROUGH THE USE OF HUMAN DOLL MEDIA

Abstract

This study aims to improve the ability of body image through the use of human puppet media in RA Al-Mumtaaz Karawang. The research method used is the action research model Kemmis and Mc Taggart which includes four stages of planning, action, observation and reflection. The subjects of the study were children of group B of 11 people. The study was conducted in two cycles consisting of eight meetings in each cycle. Technique of data collection is done through observation, interview and documentation study. Data analysis technique in this research is qualitative and quantitative data analysis. The results showed that the body image ability of group B children in RA Al-Mumtaaz increased after the use of human doll media. The child's

body image capability score was 26 at the pre-action stage. Body image capability score increased to 42 at the end of cycle I and continues to increase to 57 at the end of cycle II. The results of the study imply that the use of human doll media can be used as one way to improve the ability of body image in early childhood.

Keywords: *Body Image Capability, Media of Human Dolls*

A. PENDAHULUAN

Anak adalah pribadi unik dengan segala potensi yang dimiliki terus tumbuh dan berkembang dalam aspek kognitif, psikomotorik dan afektif. Dalam ranah afektif yaitu sosial emosional salah satunya mengembangkan kepribadian anak. Pembentukan kepribadian anak sangat penting ditelaah karena akan berpengaruh pada perkembangan kognitif dan psikomotorik anak.

Penelitian tindakan ini memiliki kesesuaian dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Allison dan Mills pada tahun 2012 yang berjudul *The Development of Body image in Early Childhood*. Penelitian yang dilakukan oleh Laura, Stephanie, Chelsea dan Susan pada tahun 2015 yang berjudul *What parents know and want to learn about healthy eating and body image in preschool children*. Pada tahun 2013 penelitian yang dilakukan oleh Fatma I Kerkez yang berjudul *Perception of Ideal and Healthy Body Image Among Preschool Children*. pada tahun 2010 penelitian yang dilakukan oleh L. Clark dan M. Tiggeman yang berjudul *Sociocultural influence and body image in 5-8 years Old*. Dan pada tahun 2014 penelitian yang berjudul *Body Image in Children* yang dilakukan oleh Cyndy Shceibe.

Dari kelima hasil penelitian terdahulu pada pemaparan di atas, terdapat persamaan dan perbedaan jenis penelitian dengan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti. Pada penelitian pertama merupakan penelitian kualitatif yang dilakukan pada anak usia 3-5 tahun, sedangkan peneliti menggunakan metode penelitian tindakan yang dilakukan pada anak usia 5-6 tahun. Penelitian kedua merupakan penelitian kualitatif pada anak usia 1-6 tahun yang membahas mengenai pengaruh pembentukan kemampuan *body image* anak sedangkan peneliti membahas

permasalahan kemampuan *body image* anak yang ada dikelas pada anak usia 5-6 tahun.

Pada penelitian ketiga menggunakan instrumen kuesioner untuk melihat kemampuan *body image* terhadap 657 anak, sedangkan penelitian tindakan yang dilakukan peneliti menggunakan instrumen berupa tes perbuatan yang dilakukan pada 11 anak. Sedangkan pada penelitian keempat, merupakan penelitian kuantitatif mengenai pengaruh sosial budaya terhadap *body image* anak usia 5-8 tahun, perbedaannya peneliti menggunakan penelitian tindakan untuk meningkatkan kemampuan *body image* anak yang masih rendah pada usia 5-6 tahun. Pada penelitian kelima, penelitian kuantitatif mengenai pengaruh media terhadap *body image* anak, sedangkan peneliti menggunakan penelitian tindakan pada anak usia 5-6 tahun yang masih memiliki kemampuan *body image* yang kurang.

Berdasarkan uraian di atas maka dapat disimpulkan bahwa media boneka manusia dapat meningkatkan kemampuan *body image* anak. Kemampuan *body image* anak dapat ditingkatkan melalui berbagai media. Oleh sebab itu penelitian yang akan dilakukan adalah permasalahan kemampuan *body image* anak, dimana peneliti menggunakan media boneka manusia sebagai media yang dapat meningkatkan kemampuan *body image* anak. subjek penelitian ini adalah anak berusia 5-6 tahun yang memiliki kemampuan *body image* masih rendah.

Kemampuan *Body Image*

Nicky Hutchinson dan Chris Calland (2011:9) memaparkan *the term body image refers to our idea of how our body looks and how it is perceived by other*. Artinya *body image* mengacu pada ide kita mengenai bagaimana penampilan tubuh kita dan bagaimana persepsi orang lain.

Hal tersebut akan dapat dikembangkan secara positif dengan pemahaman mengenai pikiran dan perasaan mengenai ukuran, bentuk dan berat serta penampilan

tubuh diri sendiri. Garis besar yang dikemukakan oleh ahli di atas yaitu bagaimana seseorang dapat mendeskripsikan dan menilai tubuhnya sendiri.

Hal ini ditegaskan oleh Maggie Wykes dan Barrie Gunter, (2005:10) bahwa *body image isn't just about body size and shape. It's also an awareness of attributes like skin colour, birthmarks, scars, facial features, religious clothing or adornments, physical disabilities and the use of equipment or aids*. Pernyataan ini mengartikan bahwa citra tubuh bukan hanya tentang ukuran tubuh dan bentuk. Termasuk dalam kesadaran mengenai ciri-ciri tubuh dan bentuk seperti warna kulit, tanda lahir, bekas luka, fitur wajah, pakaian keagamaan atau perhiasan, cacat fisik dan penggunaan peralatan atau alat bantu.

Body image membahas lebih spesifik mengenai ciri-ciri tubuh sehingga dapat memahami keunikan yang dimiliki pada setiap individu. Sarah L. H Brown menyatakan bahwa *body image is the mental picture on individual has of her body. Its How she thinks she looks in the mirror and how she thinks she looks compared to others*. Pernyataan ini mengartikan bahwa citra tubuh adalah gambaran mental individu terhadap tubuhnya. Bagaimana ia berpikir terlihat pada cermin dan bagaimana ia berpikir dibandingkan dengan orang lain.

Dari pernyataan Brown citra tubuh merupakan kemampuan seseorang mendeskripsikan tubuhnya yang terbentuk dari pengalaman mengenai tubuh dan interaksi dengan orang lain. Perkembangan citra tubuh dimulai sejak awal kehidupan. Dasar dalam mengembangkan citra tubuh yang positif adalah dimana seorang bayi, balita dan anak prasekolah sudah mulai mampu mengetahui tubuhnya dan bagian-bagian tubuhnya. Pengetahuan mengenai tubuh berkaitan dengan fungsi dari bagian-bagian tubuh.

Selain itu Kate Collins dan Donnelly (2014:14), mengemukakan bahwa *body image is how you feel about body or your appearance or your looks*. Citra tubuh adalah bagaimana seseorang berpikir dan merasakan mengenai tubuhnya atau penampilan atau tampilan yang terlihat. Dalam hal ini yang utama adalah bagaimana

seseorang berpikir dan merasakan mengenai tubuhnya yang didapat dari kebiasaan sehari-hari dalam hidup dan dapat terlihat melalui perilakunya. Sehingga dengan hal ini anak dapat mendeskripsikan dan menilai penampilan dan tubuhnya sendiri. Terdapat tiga komponen yang ada dalam *body image* yaitu pikiran, perasaan dan tindakan. Pikiran yang dimaksud adalah pikiran dan keyakinan kita tentang tubuh yang berkaitan dengan kognitif seseorang.

Body image berhubungan dengan kepribadian. Cara individu memandang dirinya mempunyai dampak yang penting pada aspek psikologinya. Pandangan yang realistis terhadap dirinya menerima dan mengukur bagian tubuhnya akan lebih rasa aman sehingga terhindar dari rasa cemas dan meningkatkan harga diri. Individu yang stabil, realistis dan konsisten terhadap citra tubuhnya akan memperlihatkan kemampuan yang mantap terhadap realisasi yang akan memacu sukses dalam kehidupan.

Berdasarkan uraian di atas maka kemampuan *body image* (citra tubuh) adalah kemampuan yang dimiliki anak dalam mendeskripsikan, menilai dan merawat fisik diri sendiri.

Media Boneka Manusia

Hilda L. Jackman (2010:308) mendefinisikan, boneka adalah objek yang tampaknya hidup ketika dimanipulasi oleh tangan manusia. Beberapa boneka terlihat seperti (*dolls*) boneka, terlihat seperti boneka binatang, terlihat seperti potongan-potongan patung atau bahkan seperti tumpukan sampah.

Rebecca dan Shirley (2007:256) menyebutkan apa yang dimaksud dengan boneka tangan yaitu boneka yang digerakkan oleh tangan disebut boneka tangan. Jari tangan bisa dijadikan pendukung gerakan kepala, tangan dan kaki boneka. Beberapa anak yang malu berbicara akan dapat berbicara ketika bermain boneka.

Ditambahkan oleh Musfiroh (2005:148) boneka tangan mengandalkan keterampilan guru dalam menggerakkan ibu jari dan telunjuk yang berfungsi sebagai

tulang tangan. Boneka sebagai media yang dapat menghidupkan suasana karena memiliki pesona dihadapan anak. Boneka dapat membuat anak berimajinasi bahwa boneka itu dapat berbicara dan dapat diajak berbicara.

Gunarti (2010:5.20) menambahkan yakni boneka tangan adalah boneka yang ukurannya lebih besar dari boneka jari dan bisa dimasukkan ke tangan. Jari tangan bisa menjadi pendukung gerakan tangan dan kepala boneka. Boneka merupakan sebuah objek yang mewakili bayi atau manusia lainnya, tetapi mencakup persamaan hewan dan makhluk imajiner. Boneka telah ada sejak awal peradaban manusia dan telah dibuat dari bahan batu, tanah liat, kayu, tulang, kain dan kertas, porselen, karet dan plastik.

Berdasarkan uraian di atas, maka media boneka manusia adalah jenis mainan yang merupakan representasi dari manusia yang berukuran kecil karena merupakan miniatur dari tubuh manusia dan menjadi hidup bila digerakkan dengan tangan serta ekspresi lisan atau verbal.

B. METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan adalah penelitian tindakan (*Action Research*) yang bersifat partisipatif dan kolaboratif. Penelitian tindakan memiliki 2 (dua) aktivitas yang dilakukan secara simultan, yaitu aktivitas tindakan (*action*) dan aktivitas penelitian (*research*). Desain penelitian tindakan yang digunakan dalam penelitian ini adalah model Kemmis dan Taggart yang menggunakan 4 (empat) komponen penelitian tindakan, yaitu: 1) perencanaan; 2) tindakan; 3) observasi; dan 4) refleksi.

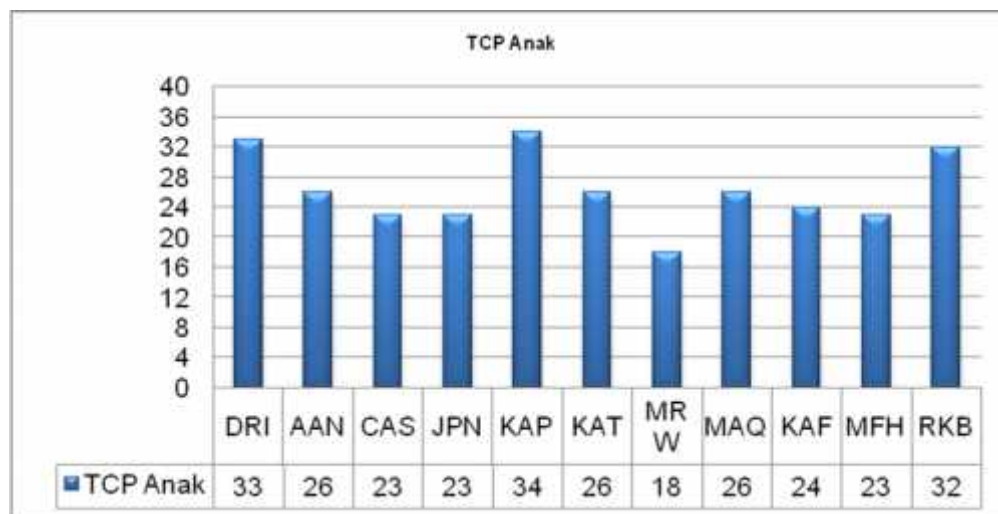
Instrumen pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah tes perbuatan melalui lembar observasi, catatan wawancara dan catatan dokumentasi dengan menggunakan teknik pengumpulan data berupa observasi dan wawancara. Teknik analisis data kualitatif menggunakan teknik menurut Milles dan Huberman yang terdiri dari: data *collection*, data *reduction*, data *display* dan data *concluding*

drawing/verification. Analisis data kuantitatif menggunakan statistik deskriptif yang disajikan dalam bentuk tabel dan grafik.

C. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Pra Tindakan

Sebelum pemberian tindakan, dilakukan penilaian pra tindakan untuk mengetahui sejauh mana kemampuan *body image* anak. Berikut hasil tingkat capaian perkembangan (TCP) kemampuan *body image* anak kelompok B RA Al-Mumtaaz Karawang pada pra tindakan dapat dilihat pada tabel sebagai berikut:

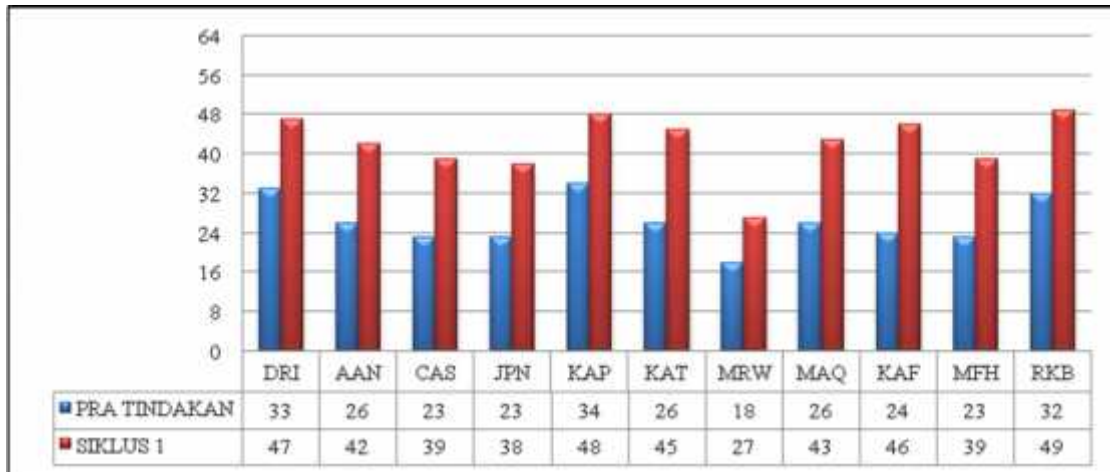


Grafik 4.1 Kemampuan *Body Image* Pada Pra Tindakan di Kelompok B RA Al-Mumtaaz Karawang

Berdasarkan grafik di atas anak dengan TCP tertinggi ialah KAP dengan jumlah TCP 34, sedangkan TCP terendah diperoleh MRW dengan jumlah TCP 18. Hasil asesmen pra tindakan menunjukkan bahwa nilai anak berada jauh di bawah target.

Siklus I

Berikut ini adalah perbandingan hasil tingkat pencapaian perkembangan (TCP) anak dalam variabel kemampuan *body image* pada pra tindakan dan siklus I.



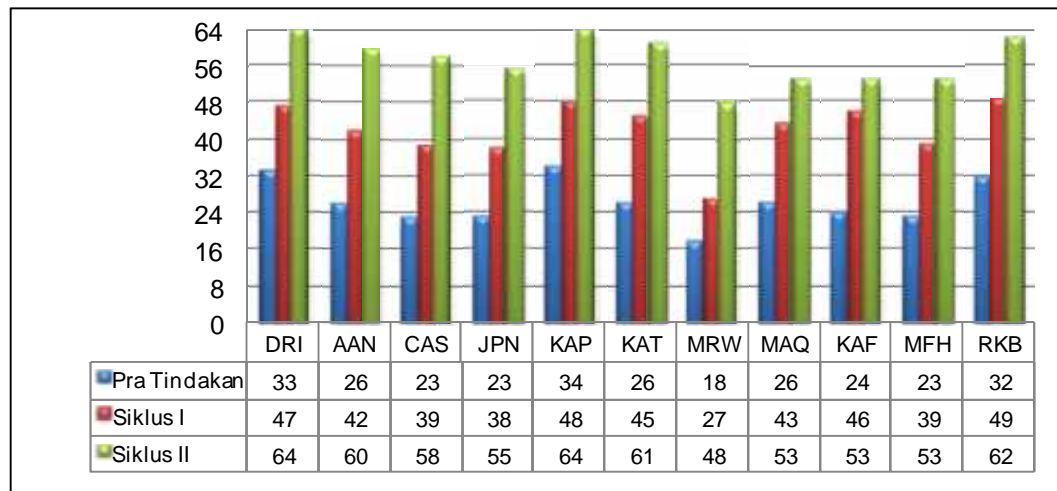
Grafik 4.6 Kemampuan *Body Image* pada Anak Kelompok B RA Al-Mumtaaz Karawang

Tabel dan grafik di atas menunjukkan bahwa kemampuan *body image* anak mengalami peningkatan setelah diberi tindakan berupa media boneka manusia. Rata-rata TCP anak pada pra tindakan sebesar 26 mengalami peningkatan menjadi 42 pada siklus I. Berdasarkan kategori yang ditentukan sebelumnya, rata-rata TCP anak pada siklus I termasuk dalam kategori berkembang sesuai harapan (BSH).

Setelah 11 anak diberi tindakan siklus I, terdapat dua anak yang mencapai TCP tertinggi dan masuk kategori berkembang sesuai harapan (BSH) yaitu KAP dengan perolehan TCP sebesar 48 dan RKB dengan perolehan TCP sebesar 49. Lima anak lainnya mengalami peningkatan dan masuk kategori berkembang sesuai harapan (BSH) dengan interval TCP antara 42-45. Tiga anak lainnya mengalami peningkatan dan masuk kategori mulai berkembang (MB) yaitu CAS, JPN dan MFH dengan interval TCP antara 38-39. Sedangkan satu anak sisanya berada pada kategori belum berkembang (BB) dengan perolehan TCP sebesar 27 yaitu MRW.

Siklus II

Peningkatan kemampuan *body image* anak terus mengalami peningkatan pada akhir siklus II, dapat terlihat pada tabel berikut:



Grafik 4.11 Kemampuan *Body Image* pada Anak Kelompok B RA Al-Mumtaaz Karawang

Pada grafik tersebut terlihat perkembangan kemampuan *body image* anak kelompok B RA Al-Mumtaaz Karawang yang berjumlah 11 orang dapat dilihat pada rata-rata pra tindakan yang mencapai 26 mengalami peningkatan sebesar 42, selanjutnya dari siklus I ke siklus II kemampuan *body image* anak mengalami peningkatan sebesar 57.

Pembahasan

Hasil dari peningkatan kemampuan *body image* anak dapat dikaji dari multidisiplin ilmu yang memiliki keterkaitan dengan berbagai bidang ilmu yang tergambar dalam bagan berikut ini:



Bagan tersebut menggambarkan bahwa hasil penelitian tindakan ini memiliki keterkaitan dengan berbagai disiplin ilmu di antaranya kognitif, bahasa, fisik motorik dan sosial emosional anak.

Penelitian ini sangat berhubungan dengan kognitif anak, anak dapat mengingat, memahami dan berpikir mengenai anggota tubuh yang ada pada dirinya. Dalam sentra *story telling* anak dilatih kemampuan berpikir dalam pemahaman *body imagenya*. Anak mulai berpikir logis melalui proses pembelajaran. Pada sentra iman dan taqwa anak mulai dapat mensyukuri dan menghargai *body image* pada setiap anak. Anak mulai ingin bertanya dan mengetahui jawaban yang ada dipikirkannya mengenai *body image*.

Kemampuan fisik motorik anak terlihat ketika anak memainkan boneka manusia secara bergantian. Anak menggerakkan tangan, kaki, memakaikan baju, sepatu dan jilbab pada boneka. Motorik halus yang berkembang yaitu anak dapat memakaikan sepatu, merekatkan jilbab, memakai baju. Anak memainkan boneka sesuai dengan imajinasinya.

Selama penelitian dilaksanakan dalam dua siklus dan dilakukan pada empat sentra yang menggunakan media boneka, perkembangan bahasa anak meningkat. Anak bercakap-cakap dengan media boneka dengan temannya yang juga membawa boneka. Anak memainkan peran sesuai dengan imajinasi yang ia miliki. Pada sentra main peran dan *story telling* anak menikmati dan mendengarkan cerita yang disampaikan guru maupun temannya.

Perkembangan sosial emosional pada anak mulai berkembang, anak sudah menyadari bahwa ia tidak dapat menyatakan dorongan dan emosinya begitu saja tanpa mempertimbangkan lingkungannya. Melalui indikator membedakan ciri-ciri tubuh dengan orang lain dan menjaga penampilan tubuh, anak akan belajar mengungkapkan perasaannya dari perilaku yang dapat diterima secara sosial. Dalam kegiatan pembelajaran yang dilakukan pada sentran akan muncul keinginan anak memilih teman yang nyaman sebagai patner bermain boneka. Perkembangan sosial

emosional anak berkembang dengan baik terlihat ketika anak memilih dan mendapat teman bermain dengan menggunakan boneka manusia.

Uraian di atas menunjukkan bahwa penelitian ini tidak hanya mengembangkan kemampuan kognitif anak mengenai *body image*, namun juga berkaitan dengan aspek perkembangan sosial emosional, bahasa dan fisik motorik. Kemampuan *body image* anak akan berkembang dengan baik jika aspek-aspek tersebut memberi kontribusi secara menyeluruh dan optimal. Hal ini membuktikan bahwa penelitian ini memiliki keterkaitan dengan berbagai disiplin ilmu.

D. PENUTUP

Kesimpulan

Proses pembelajaran melalui penggunaan media boneka manusia meliputi tahap kegiatan awal, kegiatan sentra dan kegiatan akhir. Penggunaan media boneka manusia dilakukan pada sentra main peran, sentra *story telling*, sentra persiapan dan sentra iman taqwa. Kegiatan pembelajaran dilakukan sebanyak 16 kali pertemuan terbagi dalam dua siklus melalui metode bermain peran, bercerita dan ceramah. Di setiap akhir pertemuan terdapat refleksi yang bertujuan untuk meningkatkan pemahaman anak mengenai *body image* yang berkaitan dengan bagian, fungsi, ciri-ciri dan menjaga penampilan tubuh.

Penerapan media boneka manusia dapat meningkatkan Kemampuan *body image* anak pada kelompok B RA Al-Mumtaaz Karawang. Secara lebih rinci dapat dilihat hasilnya sebagai berikut: rata-rata tingkat capaian perkembangan (TCP) kemampuan *body image* anak pada pra tindakan sebesar 26 (Belum Berkembang) mengalami peningkatan menjadi 42 (Berkembang Sesuai Harapan) pada siklus I kemudian meningkat kembali menjadi 57 (Berkembangn Sangat Baik) pada siklus II.

Saran

Bagi guru diharapkan lebih banyak memberikan media pembelajaran yang bervariasi sehingga dapat menstimulasi kemampuan *body image* anak. Bagi orang

tua, diharapkan dapat memberikan stimulasi berkaitan dengan kemampuan *body image* anak di rumah sebagai bentuk berkelanjutan program yang diberikan oleh guru di sekolah. Dengan adanya kerjasama dari pihak sekolah dan orang tua, diharapkan anak dapat mengalami proses pembelajaran yang lebih bermakna, menyenangkan, dan sesuai dengan taraf perkembangannya.

Bagi peneliti lain, diharapkan lebih memperkaya kajian-kajian penelitian terkait peningkatan kemampuan *body image* anak dengan menggunakan media maupun metode lainnya yang tepat dan sesuai dengan perkembangan anak diusianya.

DAFTAR PUSTAKA

- Collins, Kate dan Donnelly. 2014. *Banish Your Body Image Thief*. London: Jessica Kingsley Publishers.
- Gunarti, W. dkk. 2010. Pengertian Media Boneka [online] Tersedia: <http://aaps10.blogspot.co.id/2012/10/media-boneka-tangan.html> diakses Januari 2017.
- Hutchinson, Nicky dan Calland Chris. 2011. *Body Image in Preschool*. New York: Roudledge.
- Musfiroh, Tadkiroatun. 2005. *Bermain Sambil Belajar dan Mengasah Kecerdasan*. Jakarta: Depdiknas
- Rebecca, Isbell T. dan Raines, C. Shirley. 2007. *Creativity and The Arts With Young Children, Second Edition*. Canada: Delmar Cengage Learning.
- Jackman, Hilda L. 2010. *Early Education Curriculum: A Child's Connection To The World*, Fifth Edition. Canada: Cengage Learning.
- Wykes, Maggie dan Gunter Barrie. 2005. *The Media and Body Image*. London: SAGE.